

# 鳳寿苑だより



「梅は咲いたか 桜はまだかいな…」 江戸端唄が思い出される今日この頃ですが 皆様にはお健やかにお過ごしのことと存じ ます。 昨年 12月 14日からお願いしておりま す面会中止につきましてはご心配とご迷惑 をおかけしております。

先日 県内の施設長の会議がございました が、その時点で面会を再開している施設は ございませんでした。

当鳳寿苑では嘱託医との検討の結果、3月 いっぱいは面会中止を継続させていただく ことにいたしました。状況が変わりましたら 改めてご連絡させていただききます。

> 施設長 坂田陽子

\* 当苑ではリモート面会の準備を進めております\*

模した和菓子が広まっていきました。 明治時代に入ると「はなびら餅」は 茶道の世界で親しまれるものになり ます。茶道裏千家のお菓子として 親しまれるようになり1月10日の「初釜」で 振る舞われる和菓子となりました。 お正月時期になると和菓子屋さんに並びます。 上品な味わいの「はなびら餅」。

一度「ご賞味」、いかがでしょうか。

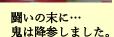


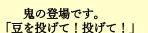
1897年(明治30)年以来、124年ぶりの 2月2日の節分。

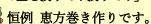
2月生まれの入所者6名の方の誕生会から 行いました。

豆まきの始まりです。





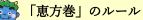






職員の息の合った ところをお見せする チャンスの到来です。

今年の恵方は南南東(少し南寄り)。 上手に出来上がった恵方巻はその場で 苑長が美味しくいただきました。



- ・恵方を向いて食べる 恵方とは、その年の福徳を司る「歳徳神 (としとくじん)」のいる方角で、その方角に 向かって事を行えば【吉】とされています。
- ・黙って食べる よそ見をせず恵方を向いて、食べ終わるま で黙って食べます。ご利益が得られないと 言われています。

#### 2月14日 チョコフォンデュ 大会を開催しました



## 初釜会•誕生会

1月28日(木) 特養の誕生会と初釜会を開催しま した。誕生月の方にプレゼントをお渡しした後、 全員で「Happy Birthday to You」の歌を歌うことが 恒例となっています。1月生まれの入所者の方は9 名いらっしゃいました。

優雅な音楽が流れる中、今年の初釜会は苑長と 特養職員の久保副主任がお茶をお点てしました。 皆様に喜んでいただけたようで幸いです。



先ずはお点前とお茶のいた いただき方を皆様に見てい **■ただきました。** 

(ドキドキです)

「どうやって飲んだら よいですか?」 「お好きなようにお召し 上がりください。」 「お菓子が美味しいです!」



お茶のおはなし ⑥ 縁起の良い和菓子「はなびら餅」\*

今から 1,000 年以上前の"平安時代"から はじまる歴史の深い「はなびら餅」。平安時代の お正月。宮中では長寿を願って「歯固めの儀式」 (宮中雑煮) という儀式が行われていました。 江戸時代になると儀式で食べられていた食材をノ

### 口腔衛生の新常識

口腔機能が低下した状態を「オーラル フレイル」といいます。からだや脳、

精神の強弱(フレイル)が口腔の機能低下から始まるため、口腔の健康を維持する努力が大切です。口はからだの玄関です。口から食べ物や空気、ウイルス、細菌などを体内に取り込み、やがて消化管、毛細血管などを通じて全身に繋がっていることから、口腔の健康は、全身の健康状態を決定しているともいえます。

高齢者は、「虫歯」「歯周病」の罹患率が高く、 感染症であるという意識を持っていることが少 ないので、定期的な歯科検診を受けることが大切 です。口腔を衛生的に保ち、ヒトが生まれながら にして持っている防衛機能としての唾液の分泌 を増やすことも、健康維持にはとても重要です。

加齢によって唾液の分泌量が減ってくると、サラサラした本来の唾液状態ではなく、ネバネバした唾液の比率が増えてきます。口腔内の渇きや、ネバネバしている状態が慢性的になっている場合は、交感神経優位の状態が続いているので、疲労やストレス、メンタル不調、食事や睡眠などの生活習慣に問題があるサインという見方もできます。唾液の分泌量など口腔内の状態を確認し、また唾液の作用を促進させて健康を保ちましょう。

#### 唾液の働き

- 1 歯の修復をする (再石灰化)
- 2 口の中を中世に保つ (緩衝作用)
- 3 食べかすを洗い流す (洗浄作用)
- 4 菌が増えるのを押さえる(再石灰化)
- 5 口の中を守る (粘膜保護・潤滑作用)
- 6 食べ物を消化する (消化作用)
- \*「唾液腺を刺激する口腔体操」「あいうべ体操」 「パタカラ体操」など様々な口腔体操があります。 鳳寿苑のデイサービスでは、「フレイルも認知症も 口腔機能の低下からはじまる」という見地を基に 音楽・歌うことによるフレイル予防にも取り組んで います。





### 鳳寿苑•委員会活動発表会

2月17日(水)、24日(水)の 2日に亘り「ドゥイング三日月」 にて特養の委員会活動発表会を 昨年に引き続き開催しました。 17日の天候は雪。帰宅が心配される中、熱い発表が繰り広げ られました。



どの委員会の発表も昨年に比べてグレードアップ された印象を受けました。

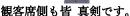


客席の配置も新型コロナ対策で 1 テーブル一人です。



発表が終わって「ほっ!」 記念撮影を。





仕事の合間を縫っての 資料作り・練習…。 タイヘンでしたね。 お疲れさまでした。



ドキドキ

#### 鳳寿苑には

- ・感染症予防委員会・環境整備委員会
- ・トータルスキンケア委員会・食管理委員会
- ・満足度向上委員会・看取り介護委員会
- ・身体的拘束等適正化検討・虐待防止委員会

・排泄委員会 ・リスクマネジメント委員会

があります。

鳳寿苑をご利用の皆様により良い環境・サービスを提供できますよう、これからも職員一同努力を してまいります。

#### ネモフィラ

昨年末 鳳寿苑の評議員をお願いしている 高岸様からいただいたネモフィラが咲き







### 空豆の花も咲きました

昨年 11 月 13 日にデイサービスの ご利用者がまいてくださったそら豆 が元気に育っています。どのくらい豆がなるのか…収穫が楽しみです。

苺のみのりくんも小~さな実をつけていま





#### デイサービスの皆様の作品



お雛様が いっぱい

カワイイ鬼が いっぱい

